RGCCISD

Rio Grande City Consolidated Independent School District

REGLAS DE SEGURIDAD PARA LOS EMPELADOS DE CONSERJERIA

"The illustrations, instructions and principles outlined in this material are general in scope and, to the best of our knowledge, current at the time of publication. No attempt has been made to interpret any referenced codes, standards or regulatory requirements. Please refer to the appropriate code, standard, or regulatory authority for interpretation or clarification."

3/06

La Seguridad en el Manejo de Incendios

Como Evitar un Incendio

- Almacene los líquidos inflamables sólo en contenedores aprobados y en áreas autorizadas.
- Que no haya flamas cerca de materiales inflamables.
- No sobrecargue los circuitos eléctricos.
- De mantenimiento adecuado y opere correctamente el equipo de ignición de gasolina.
- Ponga en práctica la buena limpieza, no permita que la basura se acumule.
- Apague los calentadores eléctricos personales durante el horario que no se trabaja.
- Respecte los procedimientos de Hot Work.
- Apague totalmente los cigarrillos.
- Sólo fue en áreas autorizadas.

Durante una Emergencia:

A. Asegúrese de notificar a las autoridades locales.
B. Confirme que todas las personas hayan salido o estén saliendo del edificio.
C. Si usted decide usar el extinguidor, asegúrese de que usted tiene una ruta segura de salida sin obstrucciones.
D. El extinguidor debe estar en el área afectada y en condiciones de operación y totalmente cargado.
E. Asegúrese de que el extinguidor sea del tipo y tamaño correcto para el fuego que desea combatir.
F. Si no puede extinguir el fuego, inmediatamente salga del lugar.

El Uso de un Extinguidor de Incendios

1. Los extinguidores de incendios son para fuegos pequeños en su fase inicial.
2. Use un extinguidor SÓLO si usted ha recibido entrenamiento sobre su uso correcto.
3. Use la técnica “P-A-S-S”
4. Párrese entre 6 a 8 pies de distancia del fuego.
5. Nunca coloque un extinguidos de incendios presurizado a menos que usted lo sostenga – si cae sobre la boquilla se puede romper.
6. Todos los extinguidores de incendio deben contra con una etiqueta de inspección y un sello disparador y un seguro.
7. Después de usarlo, no coloque el extinguidor de incendios en su montadura – debe ser re-cargado antes de devolverlo a su lugar.

“P-A-S-S”

Pull de pin (Jale el seguro)
Aim at base of fire. (Apunte a la base del fuego)
Squeeze the handle. (Apriete la manivela)
Sweep from side to side. (Barra de lado a lado)

Herramientas Manuales

GENERAL:

1. Use la herramienta correcta para la tarea a realizar. Los desarmadores no son para abrir barras y las llaves no son martillos.
2. Se debe usar equipo de protección personal, por ejemplo, lentes de seguridad, guantes, etc., se deben usar para evitar los peligros que pueden presentarse. Si usted tiene dudas sobre este requisito, consulte con su supervisor antes de usar el equipo.
3. Las herramientas jamás deben tirarse, dejarse en lugares altos donde puedan caerse, o dejadas donde puedan ser un peligro y que alguien se tropiece con ellas.
4. Las herramientas deben usarse para el propósito para el cual fueron diseñadas.
5. Los cuchillos y otras herramientas filosas no deben ser jalados hacia el cuerpo mientras se usan.
6. Las herramientas de acero endurecido no deben pegarse unas contra otras. Cuando golpee metal contra metal, se debe usar protección para los ojos.
7. Cuando saque filo a una herramienta filosa, la lima debe ser sostenida de tal forma que la mano del empleado no se corte con la orilla filosa de la herramienta o de la lima.
8. Las herramientas, cuando no se usan, deben ser almacenadas en un lugar seguro. Las herramientas serán almacenadas protegiendo sus filos.
9. Las chispas producidas por las herramientas de hierro y acero pueden ser una fuente de ignición. Sólo deben usarse herramientas que no produzcan chispas.

MARTILLOS

1. Se deben escoger los martillos correctos para cada tarea a realizar. Los martillos de pequeños pueden constituir igual peligro que los martillos demasiado grandes.
2. Los martillos deben ser revisados regularmente. Los martillos desfigurados, martillos con cabeza redonda o martillos con asideras quebradas, o distorsionadas no deben ser usados.

LLAVES

1. Las llaves deben ser escogidas de acuerdo a la tarea a realizar.
2. Las llaves deben ser revisadas regularmente para ver si no están desgastados o si tienen defectos. El equipo defectuoso debe ser reemplazado.
3. Las extensiones caseras, o barras no deben ser usadas. Sólo extensiones aprobadas para cada llave son permitidas.

CORTADORAS

1. Se debe usar el tamaño correcto de cortadora para cortas bandas, alambres, varillas, tuercas, y otros **objetos**
2. Cuando sea posible, el material será cortado en forma recta.
3. Se usaran lentes de seguridad cuando se usen las cortadoras.
4. Los martillos p barras no serán usadas para cortar bandas. Se debe usar equipo de protección para las manos en todo momento cuando se corten

Reconocimiento:

Mediante mi firma abajo, reconozco que he recibido una copia del manual que contiene los Reglamentos de Seguridad del Departamento de Conserjería del Distrito Escolar de Rio Grande City como parte de su programa de orientación. He leído los reglamentos y se me ha dado la oportunidad de hacer preguntas y obtener respuestas a mi entera satisfacción.

Comprendo que mientras trabaje para el Distrito Escolar de Rio Grande City, se espera que cumpla todos los reglamentos del de seguridad del Distrito y del Departamento en cuanto a lo que se relacione a mi trabajo particular. He recibido instrucciones de comunicarme con mi Supervisor pidiendo ayuda si tengo una pregunta o si no estoy seguro de cómo cumplir con las tareas de mi trabajo en forma segura.

Comprendo que para el Distrito, la seguridad es tan importante como todos los demás deberes y que seré evaluado sobre el desempeño seguro de mi trabajo.

NOMBRE: _____

FIRMA: _____

FECHA: _____

Seguridad en el Manejo de Herramientas Eléctricas

La electricidad usada por las herramientas puede tener una cantidad tremenda de energía que debe ser controlada por el trabajador que usa la herramienta. Los peligros de las fuentes de energía de la herramienta afectan no solo a la persona que la usa, sino también a aquellos que trabajan cerca. Siga los lineamientos generales de seguridad que se proporcionan para el uso de herramientas eléctricas:

1. No intente reparar el alambrado defectuoso ni otros equipos eléctricos. Hágalo sólo si ha sido entrenado apropiadamente y autorizado para hacerlo.
2. En caso de sobrecalentamiento, chispas, o motores o alambrado que humean, y otras condiciones no seguras del equipo eléctrico, apague la energía y reporte el problema a su supervisor.
3. No use el equipo eléctrico y no active los circuitos si las manos están mojadas o si usted está parado sobre piso mojado.
4. Cuando encienda una luz en el enchufe o interruptor, nunca agarre el equipo con la otra mano.
5. cuando use cables de extensión, asegúrese de que estos cables y los aditamentos estén en buenas condiciones.
6. Todas las herramientas eléctricas deben tener tierra o tener doble instalación. Si el equipo debe conectarse a tierra, asegurase de que el enchufe tenga las tres puntas.
7. Los cables de extensión jamás deben cruzar pasillos o sobre aceito o agua.
8. Las extensiones deben ser inspeccionadas buscando roturas, aislante desgastado, o alambres expuestos antes de usarlo. Estas reparaciones deben ser hechas antes del uso continuado del equipo.
9. Mantenga el equipo eléctrico con aceite suficiente y libre de grasa y polvo.
10. Si hay fuego en el equipo eléctrico, inmediatamente apague la fuente de energía. El personal entrenado debe realizar las tareas de apagar un fuego usando los extinguidores y equipo adecuados.
11. Para liberar a una persona de un contacto con corriente eléctrica (preferentemente apague la corriente) use un palo, o cuerda. No toque a la victima hasta que se haya roto el contacto.

Seguridad en el Manejo de los Productos Químicos

A. Protéjase a sí mismo! Conozca sobre los peligros químicos, sus propiedades y las precauciones de seguridad para los materiales usados en la realización de su trabajo.
B. NO MEZCLE PRODUCTOS QUÍMICOS QUE SEAN INCOMPATIBLES – sólo mézclelos con agua. Al mezclar dos productos químicos incompatibles podría producirse una mezcla peligrosa.
C. LEA LAS ETIQUETAS DE LOS PRODUCTOS. Mezcle los productos en las cantidades recomendadas. Pregunte a su Supervisor como mezclar un líquido (ejemplo: 4 a 1; 10 a 1, etc.) si usted no está seguro. Mayor cantidad no es necesariamente mejor.
D. Lave sus manos después de usar cualquier producto químico, incluyendo el líquido para lavar los trastes.
E. JAMÁS transfiera productos químicos de un contenedor a otro. Mida sólo la cantidad que vaya a usar durante su turno de trabajo.
F. Sea cuidadoso cuando use productos químicos sin diluir. Siempre use el equipo personal de protección.
G. No traiga productos de limpieza de su casa. Use sólo los productos que son comprados por el Distrito.
H. Conozca la ubicación de las Hojas de Información sobre Seguridad de Materiales (siglas en inglés MSDS, Material Safety Data Sheets) estén disponibles para cada producto químico que se use en el servicio de alimentos. Estas deben estar disponibles para todos los empleados durante sus turnos de trabajo asignados.
I. Almacene TODOS los productos químicos lejos de los alimentos. Use un área separada de almacenamiento.
J. No coma, beba ni fume en las áreas en donde se mezclan o se guardan productos químicos peligrosos.

Tabla de Contenido

	Pagina
Practicas Generales de Seguridad	1
Como Levantar y Manejar los Materiales	3
Como Levantar y Manejar las Mesas de la Cafetería	4
Como Usar las Carretillas de Mano	5
Como Evitar Caídas	6
Reglas De Seguridad Para El Uso De Escaleras De Mano	7
Patógenos Acarreados por la Sangre	8
Seguridad en el Manejo de la Electricidad	9
Apagado y Etiquetado	10
Equipo para Limpieza para Pisos – Barredoras	11
Equipo de Limpiezas para Pisos – Barredoras	12
Equipo de Limpieza para Pisos – Aspiradoras y Pulidoras	13
Seguridad en el Manejo de los Productos Químicos	15
Seguridad en el Manejo de Herramientas Eléctricas	16
Seguridad en el Manejo de Herramientas Manuales	17
Seguridad en el Manejo de Incendios	18

El propósito de presentar los temas es únicamente para ofrecer lineamientos generales. No deben ser considerados como todos los lineamientos, ya que las diferentes áreas de trabajo pueden ser distintas. Para una aclaración, explicación o discusión acerca de estos y otros lineamientos de seguridad, consulte con su supervisor o el Manual de Políticas y procedimientos de Seguridad del Distrito.

Seguridad General para Conserjes

1. Revise los pasillos, escalones y entradas para localizar posibles peligros que puedan amenazar la salud y seguridad de empleados y usuarios.
2. Quite la llave sólo de las puertas que le han sido asignadas. Jamás abra una puerta para dejarla abierta. Las puertas abiertas disminuyen el nivel de seguridad del edificio y de sus ocupantes. Al final del día, cuidadosamente pórgale llave a todas las puertas y asegúrese de cerrar las ventanas, puertas corredizas, etc.
3. No camine en la oscuridad. Encienda las luces cuando sea necesario.
4. Identifique cuidadosamente las condiciones peligrosas en los pisos, escalones, rampas y, si es posible, desvíe a las personas.
5. Mantenga todos los cuartos de almacenamiento limpios y sin obstrucción.
6. Mantenga libre un área de seis pies alrededor de las cajas de circuitos.
7. Use calzado anti-derrapante que esté en buenas condiciones. Use calzado de protección cuando se le instruya hacerlo.
8. Mantenga en condiciones apropiadas todo el equipo y la herramienta.
9. Use los procedimientos correctos de almacenaje y las reglas para objetos apilados, los objetos en estantería, bolsas, cajas, latas, etc.
10. Sea precavido cuando maneje productos químicos. Revise las Hojas de Información sobre Seguridad de Materiales (siglas en inglés MSDS, Material Safety Data Sheets) si usted no está seguro de los posibles peligros físicos o para la salud asociados con su uso, almacenaje y limpieza.
11. Esté informado sobre el lugar donde están las Hojas de Información sobre Seguridad de Materiales (siglas en inglés MSDS, Material Safety Data Sheets) y el programa del Distrito para Comunicación de Peligros.
12. Mantenga todos los baños limpios, ordenados y secos. Mantenga en existencia lo necesario.
13. Familiarícese con sus responsabilidades sobre el Plan del Distrito sobre Control de Exposición a Patógenos Acarreados por la Sangre. Si usted es nombrado para ser la primera persona que responda para limpiar o disponer de desperdicio potencialmente infectado, ponga en práctica las Precauciones Universales.

Seguridad de equipo de limpieza de Pisos
Aspiradoras y Pulidoras

15. No la use sin estar colocada en su lugar la bolsa para recoger el polvo.
16. Las poleas de cámara se calientan durante el uso normal. Para evitar quemaduras, evite tocar la polea de campana cuando le dé mantenimiento a la banda de impulsión.
17. Tenga mucho cuidado cuando limpie escaleras.
18. No la use para levantar líquidos o combustibles inflamables como gasolina, ni la use en áreas donde pueda haber estos líquidos.
19. Guarde su limpiadora en un lugar interior fresca y seca. Mantenga su lugar de trabajo bien iluminado.
20. Desenchufe los aparatos eléctricos antes de aspirarlos.

Pulidoras (de Rotación)

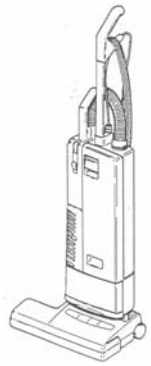
1. Ponga su total atención personal en la tarea a realizar.
2. Jamás opere un aparato de rotación que tenga un cable eléctrico defectuoso.
3. Cuando aprenda a operar un aparato de rotación, elija \ un área abierta donde no haya personas cerca.
4. Nunca use el Ensamblaje de Impulsión de Disco (Disc Driving Assembly) sin su disco de mantenimiento.
5. Coloque el ensamblaje de impulsión de disco de forma manual. Nunca haga “Jump Load”.
6. Si el aparato de rotación empieza a vibrar, inmediatamente párelo y revise para ver si hay daños o partes sueltas.
7. Jamás deje un aparato de rotación sin ser atendido sin antes desconectarlo del enchufe de pared.
8. No opera el aparato de rotación cuando se piensa que la humedad ha penetrado al motor, los interruptores o la válvula eléctrica.
9. Jamás desprenda la clavija de tierra del enchufe de pared.
10. Pruebe todos los tornillos y tuercas frecuentemente para evitar daño o piezas sueltas.

Seguridad de equipo de limpieza de Pisos
Aspiradoras y Pulidoras

Consulte el manual del operador o consulte con su supervisor para recibir información y guía adicional especifica antes de usar el equipo si usted no ha recibido instrucciones sobre su operación segura.

Cuando use un aparato eléctrico, se deben siempre seguir precauciones básicas, incluyendo las siguientes:

Aspiradoras



1. No use las máquinas en el exterior o sobre superficies mojadas.
2. No deje la aspiradora cuando esté conectada. Apague el interruptor y desenchufe el cable eléctrico cuando no la use y antes de darle mantenimiento.
3. No permita que se use como juguete. Se debe tener especial cuidado cuando sea usada por o cerca de los niños.
4. Use solamente según se describe en este manual. Use sólo accesorios recomendados por el fabricante.
5. No use cuando esté dañado el cable o el enchufe.
6. No estire o jale la aspiradora con el cordón; no use el cable como una agarradera, tampoco cierre la puerta con el cable atravesado, ni jale el cordón en orillas o esquinas filosas. No pase la aspiradora sobre el cable. Mantenga el cable alejado de las superficies calientes.
7. Sólo conéctela a una caja que tenga tierra.
8. No use cables de extensión o enchufes que tengan una capacidad de corriente inadecuada.
9. Apague todos los controles antes de desenchufarla.
10. Para desenchufarla, agarre el enchufe, no el cable.
11. No toque el enchufe o la aspiradora con las manos mojadas.
12. No ponga objeto alguno por las aberturas. No la use cuando esté obstruida alguna abertura.
13. Las aspiradoras crean succión y tienen un cepillo de rolos revolventes. Mantenga el cabello, ropa suelta, sus dedos y todas las partes de su cuerpo alejados de las aberturas y de las partes movibles.
14. No levante cosa alguna que esté encendida o humeando, como cigarrillos, cerillos o cenizas calientes.

Seguridad General para Conserjes

14. El Equipo de protección Personal (siglas en ingles PPE Personal Protection Equipment) debe ser usado en los lugares donde lo dispongan las reglas de la institución y/o los peligros o exposiciones en el trabajo. Algunos ejemplos en donde se requiere usar protección para los ojos incluyen lugares donde haya partículas sueltas en el aire, salpicaduras de químicos, vidrios rotos, chispas, o rayos nocivos de soldadura.
15. Revise los extinguidores de incendios en forma regular. Revise que estén marcados correctamente, que estén localizados en lugares a la vista y libres de obstrucción, que tengan la presión correcta y que estén montados correctamente.
16. No haga extensiones o modificaciones a los cables o sistemas eléctricos.
17. Cuando sea posible, no se debe barrer, trapear o encerar pisos durante días normales de clases ni en cualquier otro horario cuando pueda esperarse tráfico en cualquiera de los pisos y áreas que serán aseados. Los materiales derramados y/o agua que puede haberse derramado sobre los pisos debe ser retirada inmediatamente. El área mojada o resbalosa de los pisos debe ser marcada y el tráfico debe ser desviado de dicha área. Se deben colocar en el área los rótulos de “Wet Floor” (Piso Mojado). Trapee para secar el exceso de agua sobre el piso.

18. Use solamente cera anti-derrapante en los pisos de la institución.
19. Los pisos en los talleres deben ser mantenidos limpios y se puede usar un material absorbente para mantener los pisos seguros y secos. El material usado mojado con grasa debe ser retirado en forma apropiada.
20. Informe inmediatamente a su supervisor sobre cualquier condición poco usual y/o de inminente peligro.

Como Levantar y Manejar los Materiales

A. Evalúe la carga que va a levantar y pregúntese ¿Hay alguna otra forma de manejar el trabajo, tal como usar un aparato mecánico? No intente levantar el material si esto no puede ser realizado con seguridad.
B. Jamás acarree una carga de gran tamaño que reduzca su campo de visibilidad, especialmente cuando suba o baje escaleras.
C. Use carretillas (diablitos) para objetos pesados como los botes de basura.
D. Que dos personas acarreen cargas pesadas o voluminosas.
E. Aplique la técnica de los ocho pasos.

1. Mida la carga. Pida ayuda si la necesita.
2. Planee el trabajo. Use una ruta libre de estorbos.
3. Establezca una base de apoyo. Mantenga los pies firmes sobre el piso.
4. Doble sus rodillas para lograr un buen agarre de la carga.
5. Agarre bien la carga.
6. Mantenga la carga cerca a su cuerpo si es posible.
7. Levante usando sus piernas, no su espalda.
8. Si usted gira su cuerpo mientras lleva una carga, dése vuelta con sus pies y no contorsione el cuerpo. Su espalda sufre cuando usted contorsiona el cuerpo.

Seguridad e Equipo de Limpieza de Pisos
Barredoras de Batería

Precauciones Generales de Seguridad. Consulte el manual del operador o consulte con su supervisor para recibir instrucciones adicionales o específicas.

- Para facilitar su transporte, el cepillo lateral, la agarradera y la cubierta superior no han sido ensambladas. En su posición actual de trabajo, ensámblelas como se muestra en este manual.
- No use la máquina para mojar con líquido.
- La máquina debe ser usada sólo por el personal autorizado.
- Antes de limpiar o dar mantenimiento a la máquina, siempre apáguela.
- Ponga atención cuando use la máquina en superficies con declive. La máquina no tiene un freno para estacionarla o freno de servicio.
- No deje la máquina sin atender en superficies con declive.
- La máquina debe ser usada solamente por el personal calificado y autorizado.
- Nunca use la máquina para transportar personas.
- Nunca toque las piezas en movimiento de la máquina.
- Jamás retire los protectores de la máquina cuando esté en funcionamiento.
- No desatienda la máquina cuando esté en operación.
- Siempre use ropa adecuada para el tipo de trabajo que está haciendo.
- Si usted está trabajando en un ambiente particularmente polvoso, se recomienda que use una máscara.

ADVERTENCIA: Las baterías emiten gas hidrógeno. Esto puede resultar en una explosión o incendio. Mantenga las chispas y la flama lejos del equipo. Mantenga abierto el compartimiento de las baterías cuando las esté cargando.

Equipo para Limpieza de Pisos
Lavadoras Automáticas

La siguiente información menciona las condiciones potencialmente peligrosas para el operador o equipo. Por favor consulte el manual del operador o consulte con su supervisor para recibir información adicional o específica.

1. No opere la máquina:
   - Si no está entrenado y autorizado.
   - Si no ha leído y comprendido el manual de operación.
   - En áreas inflamables o explosivas a menos que el equipo esté diseñado para operar en esas condiciones.
2. Antes de encender la máquina, asegúrese de que todas las condiciones de seguridad se han cumplido y opérela con seguridad.
3. Cuando use la máquina:
   - Hágalo lentamente cuando haya un plano inclinado descendente o superficies resbalosas.
   - Tenga cuidado cuando le dé reversa a la máquina.
   - Siempre cumpla las reglas de seguridad y de tráfico.
   - Informe inmediatamente sobre daños a la máquina o sobre fallas en su funcionamiento.
4. Antes de abandonar o dar servicio a la máquina, deténgala en una superficie plana y apáguela.
5. Cuando le dé mantenimiento a la máquina:
   - Evite las partes en movimiento. No use sacos, camisas o mangas sueltas.
   - Bloquee las llantas de la máquina antes de levantarla.
   - Use un elevador o gato de una capacidad adecuada para levantar la máquina.
   - Desconecte las baterías antes de trabajar en la máquina.
   - Use guantes de protección cuando maneja baterías o cables de baterías.
   - Evite el contacto con el ácido de la batería.
   - Use solamente piezas de reemplazo surtidas o aprobadas por el fabricante.

ADVERTENCIA: Las baterías emiten gas hidrógeno. Esto puede resultar en explosión e incendio. Mantenga las chispas y la flama lejos del equipo. Mantenga abierto el compartimiento de la batería cuando la esté re-cargando.
ADVERTENCIA: Los materiales inflamables pueden causar una explosión o incendio. No use materiales inflamables en el tanque o tanques.
ADVERTENCIA: Los materiales inflamables o metales reactivos pueden ocasionar una explosión o incendio. No los levante.

Como Levantar y Manejar las Mesas de la Cafetería

General

1. Sólo a los empleados que saben los procedimientos correctos se les permite retirar y trabajar con las mesas.
2. No permita que los niños o los empleados sin experiencia retiren y trabajen con las mesas. Haga planes para mover las mesas cuando los niños no estén presentes. Si esto es imposible, notifique a los maestros, a los asistentes y a otros adultos que estén presentes que se van a mover las mesas. Déles instrucciones para que mantengan a los niños a una distancia segura.
3. Antes de mover las mesas, enganche la barra estabilizadora de plástico moldeado sobre el tubo que la atraviesa para evitar que se voltee.
4. Mantenga las mesas dobladas en un lugar seguro. Si no hay un área separada de almacenamiento para las mesas donde estén lejos de los niños, bloquee el acceso usando otras mesas abiertas.
5. Revise las mesas periódicamente y no las almacene dobladas si la barra estabilizadora no funciona correctamente. Si el estabilizador está dañado, prepare una orden de trabajado inmediatamente para que la mesa sea reparada.
6. Reporte las mesas que no tengan la etiquetas amarillas de advertencia pegadas sobre el marco de cada uno de sus lados, ubicadas de tal forma que puedan leerse cuando las mesas estén dobladas.

Para Abrir las Mesas:

- Libere la barra estabilizadora. Agarre los bancos de en medio (o agarre la parte de arriba para las mesas de bancos y haga fuerza hacia fuera.
- Cuando la mesa se empieza a abrir, empuje los bancos (o la parte superior de la mesa) hacia abajo o sea hacia el piso.
- Mantenga agarrados los bancos y lentamente baje la mesa. Póngala en posición alineada antes de que las patas lleguen al piso.
- Voltee los bancos hacia abajo (cuando esto sea aplicable).

Para Doblar las Mesas:

- Doble los bancos en forma plana para las mesas que tengan bancos.
- Levante el brazo fijador del centro y sosténgalo contra la parte superior de la mesa. Agarre un banco para las mesas que los tengan y levante ligeramente la mesa.
- Agarre los dos bancos o la parte superior de la mesa en el centro de la mesa. Levantándola con sus piernas, eleve la mesa con un movimiento continuo hacia arriba.
- Para cerrar, agarre las orillas de los bancos y estire hacia el centro o la parte superior y empújelos juntos para las mesas con banco. Asegúrese de fijar la barra estabilizadora.

Como Usar las Carretillas de Mano

Los empleados del Departamento de Conserjería pudieran periódicamente verse involucrados en el movimiento de productos, equipo y materiales. Esto se puede hacer de una manera segura, mientras que al mismo tiempo se protege el producto.

Al cargar, descargar y mover material sobre carretillas de mano, se deben respetar los siguientes consejos de seguridad:

- Cuando se carguen las carretillas de mano, mantenga sus pies alejados de las ruedas.
- No exceda la carga máxima recomendada por el fabricante. (La placa donde se especifica la carga máxima está localizada en la carretilla de mano).
- Acomode la carga de tal manera que no se resbale, se mueva ni se caiga y asegúrela con tirantes si los hay disponibles.
- Para artículos extremadamente voluminosos o presurizados, amarre la carga con mecate o cadenas a la carretilla de mano.
- Voltee la carga ligeramente hacia el frente de tal manera que la lengüeta de la carretilla pase debajo de la carga y después empuje la lengüeta de la carretilla totalmente debajo de la carga.
- Si su campo de visibilidad está obstruido, pida ayuda a otra persona para que le avise sobre los estorbos.
- Mantenga el centro de gravedad tan bajo como sea posible colocando los objetos más pesados debajo de los objetos menos pesados.
- Empuje la carga de tal manera que el peso sea acarreado por el eje de la mesa y no por los manubrios.
- No camine de reversa cuando lleva la carretilla a menos que suba una escalera o rampa.
- Cuando descienda un plano inclinado, mantenga la carretilla frente a usted de tal forma que la pueda controlar en todo momento.
- Mueva la carretilla a la velocidad que usted camina.
- Almacene las carretillas con la lengüeta debajo de la tarima, plataforma o mesa.

Apagado y Etiquetado

Los procedimientos de apagado y etiquetado han sido desarrollados y puestos en funcionamiento para proteger a los empleados de tener contacto con circuitos con energía, o repentinas liberaciones de energía almacenada. Las fuentes de energía que se pueden incluir son eléctrica, neumática, hidráulica, o mecánica. Es importante localizar y neutralizar todas las fuentes de energía antes de reparar o dar mantenimiento al equipo.

Se proporcionan los siguientes lineamientos mínimos de seguridad:

1. Planear. Los empleados y/o los supervisores deben planear el procedimiento total. Identificar todas las partes de cualquier sistema que necesita ser apagado. Determinar que interruptores, equipo y personas estarán involucrados y como se hará el re-encendido.
2. Comunicar. Notificar a todos los empleados que necesitan saber cuando están en vigor los procedimientos de apagado y etiquetado.
3. Identificar todas las fuentes apropiadas de energía. Todas las fuentes apropiadas de energía deben ser identificadas ya sea cerca o lejos del sitio de trabajo. Esto incluye circuitos eléctricos, hidráulicos o sistemas neumáticos, energía de resorte (spring energy) y sistemas de gravedad.
4. Neutralizar toda la energía apropiada en su fuente. Desconectar la electricidad. Bloquear las partes movibles. Liberar o bloquear la energía rápida. Vaciar o descargar los cables hidráulicos y neumáticos. Bajar las partes suspendidas a su posición y bloquear.
5. Apagar todas las fuentes de energía. Cada control de apagado debe tener una clave personal de apagado, etiquetada con su nombre y departamento. Los clips, cadenas y cajas de apagado también deben ser usadas.
6. Etiquete todas las fuentes de energía y maquinaria. Las etiquetas deben explicar la razón por la cual se apagan. El nombre de la persona que las instaló, como localizarlos y la fecha y hora del etiquetado. Los controles de maquinas, líneas de presión, interruptores de encendido y las partes suspendidas deben ser etiquetados.
7. Termine la prueba. Todos los puntos de arriba deben ser revisados dos veces. Esto incluye los botones de encendido, circuitos de prueba y válvulas para probar el sistema.
8. Después de terminar el trabajo, los procedimientos de seguridad deben ser cumplidos para reiniciar. La energía no será restaurada hasta que todos los trabajadores estén a salvo y el equipo listo.

Seguridad en el Manejo de la Electricidad

120 voltios pueden ser mortales. No intente reparar alambrado y equipo eléctrico defectuoso mientras el equipo tiene energía.

Cuando sea necesario, todo el equipo debe ser reparado y/o recibir mantenimiento de acuerdo los procedimientos de etiquetado del Distrito.

Solamente a los empleados entrenados y calificados se les permite trabajar o reparar los circuitos eléctricos y el equipo. Si usted no ha sido entrenado para reparar el equipo, informe sobre el equipo defectuoso a su supervisor.

Se proporcionan las siguientes reglas generales sobre seguridad en el manejo de la electricidad:

- Asuma que todos los circuitos tienen energía hasta que usted los haya apagado, etiquetado y revisado con un medidor de voltios.
- Use herramientas con aislante.
- Descargue todos los capacitores antes de empezar a trabajar en el equipo.
- Cuando use un medidor de voltios, verifique que no esté dañado, después revíselo con una fuente de energía del mismo voltaje que usted sabe está viva antes de usarlo para verificar que el área de trabajo ya no tiene energía.
- **No trabaje en equipo con energía** a menos que usted haya cumplido con estas precauciones.
  - Contar siempre con aprobación especifica.
  - Usar equipo de protección personal (siglas en ingles PPE, Personal Protection Equipment) autorizado para trabajos eléctricos.
  - Retirar todo objeto metálico – lentes, hebilla del cinturón, joyería.
  - Que esté presente un asistente de seguridad.
  - No pararse sobre agua.
  - Trabajar en un área demarcada por una cuerda.
- Nunca trate de alcanzar algo “a ciegas” en un área de trabajo que tenga energía.
- **Inmediatamente informe** a su supervisor sobre peligros eléctricos.
- Nunca use una extensión si el enchufe de tierra está roto.
- La electricidad y el agua son una mala combinación.
- Nunca use equipo eléctrico si usted sospecha que hay vapores inflamables o explosivos en el área.

Como Evitar Caidas

De acuerdo a las estadísticas recientes del Consejo Nacional de Seguridad, las caídas constituyen alrededor del 25 por ciento de todos los accidentes y lesiones. Para evitar los accidentes por caídas, se espera que los empleados:

1. Observen con cuidado el lugar donde van a bajar escaleras o a caminar.
2. Mantengan un lugar de trabajo limpio y libre de peligros.
3. Informen sus supervisores sobre los peligros que no pueden corregir para que sean corregidos.
4. Sean particularmente cuidadosos en las escaleras. Busquen las condiciones peligrosas como obstáculos y derrames. Usen los pasamanos si es posible.
5. Estén alertas sobre el tipo de tracción que hay disponible. La tracción puede ser aumentada mediante pisos resistentes a las caídas y agregando tiras anti-derrapantes en las escaleras y pinturas anti-derrapantes en los pisos.
6. Busquen líquidos y sólidos derramados. Avisen a los demás empleados inmediatamente sobre los peligros identificados; limpien los derrames tan pronto como sea posible. Coloquen rótulos cuando sea posible.

7. Usen calzado con suelas anti-derrapantes.
8. No acarreen artículos que obstruyen la vista en su línea de movimiento.
9. Nunca salten desde una plataforma, zona de carga, vehículo, etc.
10. Revisen los arneses o cinturones de seguridad, andamios y cables antes de usarlos.
11. No usen escaleras o andamios a menos que se les haya entrenado sobre el particular.

Reglas de Seguridad Para el Uso de Escaleras de Mano

- Escoja el tipo de escalera para el trabajo pendiente que esté haciendo…asegúrese que no sea demasiado corta o demasiado alta.
- Las escaleras deben estar totalmente abiertas para su uso seguro.
- Inspeccione las patas, las bisagras y los peldaños. También revise todos los rieles laterales y las abrazaderas para ver si no están dañadas o demasiado usadas.
- Revise que no haya formación de aceite o polvo que pueda causar que usted pierda la pisada.
- Los peldaños o escalones de la escalera deben tener una superficie anti-derrapante…revise que la superficie no esté lisa o acabada.
- Las escaleras de extensión deben extenderse por lo menos tres pies sobre cualquier superficie como un techo u otra plataforma.
- No use la escalera con piezas rotas, sueltas o faltantes…si usted
- encuentra una escalera como esta, márquela con una etiqueta de PELIGRO – NO USAR (DANGER – DO NOT USE) hasta que pueda ser reparada o desechada.
- Lea la etiqueta de la escalera para asegurarse que usted conoce la información especifica que el fabricante ha provisto.
- No use escaleras con rieles laterales metálicos si hay posibilidad de estar en contacto con circuitos eléctricos vivos.
- Nunca exceda la carga máxima o peso permitido en la escalera.
- Solamente una persona puede estar sobre una escalera al mismo tiempo.
- Nunca ponga la escalera en una entrada a menos que usted esté seguro que esta permanezca cerrada con llave.
- Siempre sitúese de frente a la escalera.
- No extienda su cuerpo hacia atrás o hacia los lados.
- No acarree cosas cuando sube una escalera. Use un transportador, cinturón para herramienta o polea o que alguien le dé el material después de que usted se encuentre en posición para realizar el trabajo.
- Mantenga contacto en tres puntos con la escalera en todo momento – dos pies y una mano, o dos manos y un pie.
- No se pare en el último escalón de la escalera.

Información sobre los Patógenos Acarreados por la Sangre

El Departamento de Salud del Estado de Texas (siglas en inglés TDSHS, Texas Department of State Health Services) exige que los Distritos escolares cuenten con un programa de información para los empleados que potencialmente puedan sufrir una "*exposición ocupacional*" a los Patógenos Acarreados por la Sangre. El programa debe incluir entrenamiento para informar a los empleados sobre los reglamentos al igual que las medidas de control que los Distritos escolares instituyen para evitar algún "incidente de exposición".

Los Patógenos Acarreados por la Sangre (siglas en inglés BBP, Bloodborne Patogens), son definidos como micro-organismos como microbios o bacterias que son acarreadas por la sangre y que pueden causar enfermedades en las personas (ejemplo: Hepatitis B y C, Síndrome de Inmunodeficiencia Adquirida, siglas en inglés HIV).

Exposición Ocupacional se refiere al contacto razonablemente esperado de la piel, ojos, membranas mucosas, o contacto directo con la sangre y otros materiales potencialmente infecciosos que pudieran resultar a través del desempeño del trabajo de los empleados.

El Plan de Control a Exposiciones (siglas en inglés ECP, Exposure Control Plan) del Distrito escolar de Rio Grande City, es mantenido por el Coordinador de Seguridad y Administración de Riesgos (Coordinator of Safety and Risk Management), en la oficina principal del Distrito, es el Administrador el Programa (Program Administrator) y con quien debe comunicarse si usted tiene dudas, o necesita información adicional, o desearía discutir los reglamentos del Plan de Control de Exposiciones (siglas en inglés ECP).

Información General sobre los Patógenos Acarreados por la Sangre (siglas en inglés, BBP, Bloodborne Pathogens).

Los Patógenos Acarreados por la Sangre no se transmiten a través del contacto casual con las personas infectadas ya que la piel por lo general brinda una barrera protectora. El riesgo de Exposición Ocupacional puede ser causado por:

- Punción accidental con agujas, vidrios y otros objetos punzo cortantes contaminados.
- Contacto directo de la piel abierta o dañada con fluidos corporales infectados, (ejemplo: granos, heridas, raspones, acné, quemaduras por sol, ampollas, etc.).
- Contacto directo entre las membranas mucosas y fluidos corporales infectados.

Las situaciones que en el trabajo aumentan potencialmente el riesgo a la exposición a una infección se presentan cuando se brinda tratamiento de primeros auxilios, aseo de derrames de sangre y otros fluidos corporales, o en otras situaciones médicas que involucran la atención y cuidado de enfermos. El Plan de Control de Exposiciones (siglas en inglés ECP) ofrece reglamentos de seguridad específicos para cada una de estas áreas.

La política del Distrito exige que todos los empleados cumplan "Las Precauciones Universales" cuando enfrenten situaciones potenciales de exposición. Esto significa que todos los fluidos corporales deben considerarse como infectados.

Si usted sospecha que pudiera haber estado en contacto con sangre, fluidos corporales o material infectado, por favor repórtelo a su Supervisor inmediatamente.